

Tản mạn đầu năm 2023



Các bạn thân mến,

Các bạn có khỏe không? Đêm 31.12.22, Các bạn đã có được những giây phút thật đẹp, thật ấm áp để đón chào Năm Mới 2023 bên cạnh những người thân thương của mình không? xin được vui cùng với các bạn nhé, người Á châu chúng ta gọi đây là đón Tết Tây, rồi vài tuần sau đó chúng ta lại vui mừng đón tiếp Tết Ta theo âm lịch nữa. Tết Nguyên Đán Quý Mão.

Cuốn lịch năm 2022 đã được hạ xuống, nhưng dấu tích hằng ngày cùng những hệ quả từ bệnh Covid 19, chiến tranh Nga-Ukraine vẫn còn đè nặng trên toàn cầu. Chúng ta, những sinh linh nhỏ nhoi vẫn đã và đang phấn đấu từng ngày, vẫn thực tập theo phương cách này, nương tựa nơi chốn nọ với mong ước là sống sao cho tốt, cho đẹp cả thân và tâm...để có đủ hành trang vượt qua bất cứ khó khăn ập đến bất cứ lúc nào.

Thật ra, trong xã hội có rất nhiều điều tiêu cực xảy ra...nhưng đồng thời cũng đã hay đang có những điều tích cực như những câu chuyện sống đẹp với tình người nổi lên đó đây... Các nhà đạo đức học đề cập và quan tâm về cách sống tốt, sống đẹp cần thiết trong hoàn cảnh khó khăn này. Tôi tự hỏi: Thế nào là sống tốt, sống đẹp trong lúc mà đâu đâu cũng rất là căng thẳng bận rộn này?

Với kinh nghiệm thô thiển, tôi nhận ra ba suy tư:

1. Chắc chắn là ta sẽ phải gặp khó khăn, vất vả...thậm chí cả đau khổ trong mọi sinh hoạt hằng ngày mà ta không tránh được. Đó là một quy luật tự nhiên. Con người ta rất mỏng manh, có tình cảm, suy tư, nhất là mỗi người đều có một thời gian sống nhất định, không được lựa chọn cho cuộc đời mình, và mình có thể xuôi tay bất cứ lúc nào. Có thể nói: không ai có thể biết chắc rằng trong 5 hay 10 phút nữa ta sẽ như thế nào? Đây là quy luật thời gian dành cho ta và luôn nhắc nhở ta nên ý thức sống thế nào trong khoảng thời gian ta đang có được!

Hình ảnh của người luôn sống với quá khứ, kèm theo những nỗi tiếc, khổ đau, oán hận, đắng cay... tâm thức bị chi phối... rơi vào lo âu, trầm cảm. Không thật sự sống cho mình trong ngày hôm nay, mà cứ bị dày vò: “tại sao tôi không quý trọng người thương trong thời gian tôi đã có với người đó?” Vấn đề đặt ra là: „Ta mang theo từ quá khứ những gì cho mình? Và ta cần bỏ lại những gì trong quá khứ đó? Chắc chắn ai ai cũng có những vết thương trong quá khứ, nhưng xin hãy xem nó là những bài học để mình trưởng thành hơn, can đảm hơn, bao dung hơn... mà không nên biến nó thành chất độc lan tỏa và giết mình dần dần. Ta không quên được quá khứ nhưng cũng không sống tiếp với nó cùng những nỗi phiền cay đắng, mà nên chấp nhận để làm tốt ngay bây giờ, được chữa lành và lớn lên từ đó.

2. Suy tư thứ hai là ta hay có khuynh hướng bị lôi cuốn, hướng đến tương lai. Mà ta đã thấy rõ: không ai có thể nói ngày mai của ta sẽ ra sao với những điều kiện sống như thế nào? Mà tương lai thì ngay bây giờ lại chưa tới!

Câu nói mà tôi rất tâm đắc là: “ chúng ta còn gặp nhau hôm nay là rất vui rồi “. Nguy cơ sống chạy theo mộng tưởng của ngày mai khiến cho ta tự ngắt lìa mình ra cái hiện tại mà ta đang có; ta quên cái thời gian quý báu được có của ngày hôm nay, cứ rong ruổi trong tương lai chưa đến, quên phút là trước mắt mình nào là cha mẹ gia đình, con cái, người thân thương, anh em bè bạn... rồi để cho thời gian hiện tại trôi đi qua kẽ bàn tay và không bao giờ tìm lại được... luôn che chắn cuộc sống mình trong những ảo tưởng tương lai...

3. Suy tư thứ ba là những phút giây sống với ngay bây giờ và ở đây. Tỉnh thức và ý thức để đối diện với thời gian mình đang có, đang có tâm ý gì ngay lúc này qua cách sống của ta. Thời gian được cho rất là hạn hẹp, xin đừng hoang phí mà nên trân quý nó vì đây là lúc để ta thật sự sống, thật sự cảm nhận được buồn vui trong mọi sinh hoạt, cảm nhận được tình thương hay ngay sự ghét bỏ... và quan trọng hơn hết là ta có chủ quyền hành xử hướng thượng để vui với chính mình, biết là mình đã sống tốt, sống đẹp với chính mình và tha nhân. Đây là cơ hội duy nhất để biểu lộ cung cách của mình, khi nó qua rồi, mình sẽ không bao giờ có lại cơ hội đó nữa đâu!

Thiền nghĩ, sống tốt, sống đẹp cũng là một cách biết tri ân quá khứ với những gì ta được hay phải trải qua, ta sẽ biết tha thứ cho quá khứ những gì đã xảy ra với mình và không vướng nữa. Đồng thời ý thức trách nhiệm với tương lai hơn vì biết rằng, những người đi sau mình sẽ thừa hưởng các thành quả mình làm trong lúc này, và nên nhớ, những gì ta làm trong lúc này không bao giờ lặp lại được đâu. Vì có thể ta không còn cơ hội đó nữa, có thể hôm nay là lần cuối

mình gặp nhau, lần cuối mình cười vui với nhau, lần cuối mình còn nhìn nhau, nắm tay nhau...vậy thì mình có cần thiết phải tranh giành, hơn thua, sân si với nhau không? Coi thường, kết án nhau, làm khổ nhau hay là quay lại trân quý sự có mặt cho nhau vì có thể ngày mai kẻ còn người mất... Tiếc rằng, vì không nghĩ như vậy nên ta cứ ăn chơi cho thỏa chí trong giờ phút hiện tại đang còn có nhau mà quên đi trách nhiệm của mình đối với quá khứ và tương lai. Xin hãy nên luôn dặn lòng: những gì ta làm hôm nay mang lại ý nghĩa cho thiên thu, cho nên làm điều tốt, sống tốt, giúp ích cho nhau, để sau này để lại hình ảnh hay dấu ấn đẹp trong cuộc đời nhau. Đó phải chăng là sống đẹp với thời gian mà mình được cho.

Các bạn thân mến,

Con người chúng ta sinh ra không thể tự sống sót một mình được, ta cần rất nhiều yếu tố bên ngoài nuôi dưỡng, chăm sóc cả thân lẫn tâm. Từ trong gia đình đến ra ngoài xã hội, ta đã thấy có những trường hợp đến với nhau vì lợi nhuận riêng tư, bằng con mắt sử dụng, tự hào vì nghĩ rằng, đối tượng chỉ là vật trang trí cho mình, ta đặt kỳ vọng nơi họ, áp đặt họ theo ý muốn, thỏa mãn bản ngã lợi lộc của mình. Các bạn trẻ không được sống như ý muốn, gia đình không đi chung với nhau. Cho nên các bậc làm cha mẹ nên biết lắng nghe sâu những tiếng khóc khảng hoảng ở tuổi dậy thì của các con. Lắng nghe để hiểu, để thương, để tôn trọng, để đi cùng với người mình thương thì gia đình, tình bạn bè sẽ hạnh phúc, gắn bó và đẹp biết bao!

Công nghệ xã hội ngày càng tân tiến, phát triển...nên phương tiện vật chất và an toàn cá nhân quá đầy đủ, ta cảm thấy không cần đến ai cả, khiến ta chỉ nghĩ đến tư lợi của mình, ta không thích đi cùng nhau hoặc không có thì giờ cho nhau nữa, chứ ta không được khuyến khích mở tầm nhìn ra xa hơn, nhìn chung quanh để sống cùng, với, chung hay vì mọi người, nhất là những người neo đơn, bị bỏ sót lại trong nhịp sống hối hả của xã hội ngày nay, những người thấp cổ bé miệng. Xin hãy mở lòng ra, dành chút thì giờ đi cùng với những người đang bị đau khổ, khó khăn, mất thăng bằng trong cuộc sống, người lỡ đường cần giúp đỡ để ta có cơ hội hiểu thêm ý nghĩa của cuộc sống và nhất là ta sẽ nhận ra mình vẫn luôn còn những điều kiện hạnh phúc trong hoàn cảnh khó khăn lúc này và tình trạng vô cảm giữa người và người đang ngày càng bành trướng.

Trong cái thiếu thốn nghèo nàn mà ta cũng có thể chia sẻ đến mọi người, mang đến cho họ niềm ấm áp của sự sống thể xác lẫn tinh thần. Biết một chút đạo, ta càng hạ mình xuống tận cùng của xã hội, để tiếp xúc với những người khổn khó,

người khuyết tật, đói kém, thậm chí cả người tội lỗi. Đức Bụt ngày xưa đã từ bỏ ngai vàng, lầu cao gác tía, vợ đẹp con ngoan, kẻ hầu người hạ để bước xuống nuôi thân bằng cách đi khất thực, lăn lộn trong nếp sống bần cùng. Cũng như Chúa cũng đã ra đời trong một máng lừa dưới vòm một hang đá hoang dã trong một đêm đông lạnh giá; dù vậy sự có mặt của các Ngài đã giúp chúng ta có được con đường sống tốt, sống đẹp từ bao thế kỷ nay, không cần điều kiện vật chất bên ngoài mà duy nhất chỉ có tình thương yêu loài người. Học đạo để ta đem tình thương san sẻ, lan tỏa đến mọi người bằng hành động trong đời thường với khuôn khổ cho phép, chứ không phải chỉ áo này quần nọ, chỉ là chuyện ngày ngày vô chùa hay đến nhà thờ lâm râm đọc lạy cầu kinh này đến kinh nọ, rồi cầu nguyện, van xin này nọ... để Bụt hay Chúa làm dùm cho mình mọi chuyện... Bụt đã dùng ngón tay chỉ ta con đường làm tốt, sống tốt để giảm thiểu khổ đau, mong muốn ta hành xử thế nào cho cuộc sống này bớt khổ đau, phiền muộn, lo lắng, sợ hãi, để ta có thể sống hài hòa, hạnh phúc hơn, biết mở rộng con tim, quan tâm, giúp đỡ mọi người chung quanh ta khi có thể làm được trong khả năng cho phép của mình. Nét Đẹp của Đạo là ở chỗ đó khi mà hạnh phúc bình an đích thực luôn có mặt.

Các bạn thân mến,

Bài chia sẻ đầu năm cũng đã hơi dài, viết thêm cũng sẽ nói không cùng bạn, để dành khi khác vậy. Các bạn cũng đã mệt mắt rồi. Mến chúc các bạn luôn giữ vững niềm tin vào cuộc sống tốt của mình, luôn chân thành với cá tính riêng của mình, luôn biết mình làm gì, nghĩ gì trong giây phút mình đang thở; không sống phụ thuộc hay so sánh với bất cứ một hình ảnh nào. Riêng tôi, tôi hay dặn lòng bằng câu thơ pháp của Sư Ông nhất là trong bối cảnh hiện nay. Đó là „**Tâm an - Thế giới an. Tâm bình – Thế giới bình**“. Mến chúc mọi người bình an.

Hiên trúc, 02.01.2023

BÔNG LỤC BÌNH

Kính mời đọc thêm những bài khác của tác giả tại:
<http://www.vietnamvanhien.org/TamHaiDuc.html>

www.vietnamvanhien.net

